

13. novembre 2020 RETRAITE ANTICIPÉE 6 min

Frugalisme: la curieuse apologie du rien

PAR REBECCA GARCIA



Frugal: qui se nourrit de peu, qui vit d'une manière simple. La sobriété devient un but ultime dans une société jugée comme surconsommatrice. Des groupes Facebook ou des forums guident les intéressés. Entre opportunisme et réel changement d'existence: le frugalisme fait l'apologie du rien.

#epargne #retraite #investir



Crédits: DR

Le Black Friday, le Cyber Monday ou encore Noël. Les occasions de consommer ne manquent pas en fin d'année. La période habituellement festive est une bonne occasion de sortir son porte-monnaie, même si la pandémie changera peut-être les habitudes.

Certaines voix s'élèvent depuis longtemps contre le consumérisme. Elles encouragent à n'acheter que le strict nécessaire. D'autres vont encore plus loin et tentent de vivre avec moins d'une dizaine d'objets. Les frugalistes veulent eux profiter de leur temps. L'un des courants prend l'acronyme FIRE: Financial Independence, Retire Early (Indépendance Financière, Retraite Tôt).

Le but est de rapidement constituer sa fortune pour ensuite investir et prendre sa retraite. Certains y parviennent à 30 ans, d'autres 40 ans. Les frugalistes doivent établir un plan d'attaque suffisamment tôt. Ils doivent aussi s'adapter au pays dans lequel ils se trouvent. Être frugaliste en Suisse, est-ce seulement possible? «Il semble qu'il y en ait quelques uns, mais ça paraît très compliqué», répond un banquier.

Mustachian Post
@mustachianpost

Net worth and savings rate update September 2020: CHF 522'727.20 (+CHF 5'359.43)

Net worth and savings rate update September 2020: CHF 522'727.20 (... It's time for my September's net worth and savings rate update. Enjoy dear voyeur :)

8:55 AM · 8 nov. 2020

Mustachian Post est en quelque sorte la référence en matière de frugalisme en Suisse. Ce jeune retraité parle de son expérience dans ses billets de blog. Il explique notamment ses décisions financières. MP - de son surnom - est parti d'un désir de maîtriser totalement son argent. Le concept FIRE l'a directement séduit, et il a mis cela en place. Désormais propriétaire et toujours présent dans la vie active avec un travail flexible, l'auteur du Mustachian Post gagne avec sa femme environ 130'000 francs par année.

Immobilier en valeur sûre

Le mouvement présente des modèles mathématiques, dont celui des 4%. L'objectif est d'avoir 60% d'actions et 40% d'obligations pour constituer sa fortune. Avec cela, dépensez moins de 4% par an pour le coût de la vie et vous devriez survivre. La banque Migros, qui s'est intéressée à la question, donne l'exemple suivant: «Mettons qu'une personne ait besoin, à partir du moment de la cessation de l'activité lucrative et jusqu'à la fin de sa vie, de 60'000 francs par an pour couvrir ses besoins: il lui faudra un capital de prévoyance de 1,5 million de francs (60'000/4*100)», constate son porte-parole Urs Aeberli, dans un article.

TV BILAN



VIN

Le vin neuchâtelois prend sa revanche

Voir toutes les Vidéos →

randstad, votre partenaire RH, vous aidera à y parvenir.

cliquez ici pour devenir encore plus fort.

randstad

LES PLUS LUS DE LA SEMAINE

HÔTELLERIE

«Jamais l'hôtellerie n'a connu une telle crise, mais elle s'en relèvera»

300 PLUS RICHES DE SUISSE

Qui sont les 300 plus riches de Suisse en 2020?

CORONAVIRUS

Les stations de ski font face au risque de «saison blanche»

FORTUNES

Les défis d'une succession réussie

OPINIONS



JOAN PLANCADE

EN COUVERTURE

Générique, une pilule dure à avaler



DAVID EBERLI

Sauf que depuis, le chiffre de 4% tend à diminuer à 3% selon certains experts. La Banque Migros abonde en ce sens. La longue espérance de vie, mais aussi les changements du marché financier les poussent à la prudence. «Les hypothèses de rendement sous-jacentes à la règle des 4% viennent encore du «bon vieux temps», quand les emprunts dégageaient des rendements relativement élevés», explique-t-il. «À l'avenir, avec un patrimoine de placement constitué à 60% d'actions et 40% d'obligations, on ne pourra plutôt plus qu'utiliser 3% pour couvrir les besoins de subsistance après la cessation de l'activité lucrative, au lieu de 4% comme par le passé», affirme Christoph Sax, économiste en chef au sein de la Banque Migros.

S'il est difficile de prendre une retraite aussi tôt en Suisse, c'est que l'un des principaux leviers pour les frugalistes est l'immobilier. Les différents conseils présents sur la toile préconisent l'achat de biens de rendement. Posséder son logement, puis éventuellement en acquérir d'autres est une possibilité surtout là où l'immobilier est abordable. «Il faut garder à l'esprit la remise initiale de fonds propres», tempère de son côté le banquier anonyme. Un bien de 600'000 francs en Suisse représente 120'000 francs en plus des frais de notaire, des éventuelles rénovations et autres surprises financières. De nombreux adeptes habitent en France, là où l'accès au statut de propriétaire est plus aisé. Autre solution: partir dans des pays arborant un faible coût de la vie, comme la Thaïlande.

Les Frugalistes Modernes

■ Groupe Privé · 1,4 K membres

Certains affirment y parvenir, et notamment une Suissesse d'une trentaine d'années. Sur un groupe Facebook au sujet du frugalisme, elle se dit déjà en position de prendre sa retraite. Quelques commentaires s'étonnent de la rapidité de ces économies. «Je travaille plus de 80 heures par semaine», répond l'intéressée, consciente de gagner un haut revenu.

En théorie, c'est jouable

L'argent ne fait pas le bonheur, mais investir pour prendre sa retraite à 40 ans si? Une blogueuse américaine qui a tenté l'aventure du frugalisme dresse un bilan mitigé après dix années. Elle cite par exemple la solitude d'être la seule de ses amis qui atteint la retraite. [Autre témoignage avec Lisa, sur MarketWatch](#). «Notre style de vie extrêmement frugal nous a conduit à éliminer presque tout ce que nous apprécions. Nous avons enlevé l'abonnement télévision, résilié nos abonnements de téléphone, mis en pause nos habitudes de manger à l'extérieur et avons même mis un terme à nos rendez-vous café du dimanche.»

Le compte en banque grandit, le bonheur était lui en chute libre. Le tournant décisif a consisté en des problèmes de fertilité. Le traitement que devait suivre cette maman pour avoir son deuxième enfant a mis à mal le plan de retraite anticipée si minutieusement préparé.

Bon nombre de frugalistes exercent des professions permettant une certaine flexibilité ainsi qu'un haut revenu. Il y a des architectes, des ingénieurs ou encore des informaticiens qui peuvent se permettre de vivre avec peu et d'enchaîner les mandats pour épargner et investir.

Pourquoi se priver ?

La privation existe depuis la nuit des temps. Que ce soit pour des raisons religieuses, éthiques ou par nécessité, le mode de vie frugal séduit. «Le manque, l'incomplétude sont constitutifs de la nature humaine, condamnés que nous sommes à nous forger une identité qui nous définit en tant qu'entité séparée, tout en étant extrêmement dépendants de l'approbation de proches auxquels nous soyons affectivement liés et de la validation d'un environnement social, fait de valeurs culturelles partagées. La question du lien entre bonheur et matérialisme me semble donc avoir une dimension sociologique et culturelle déterminante, qui conditionne et englobe les problématiques psychologiques telles qu'elles se déclinent au niveau de l'individu», explique Pernette Steffen, psychologue.

Comprendre une personne et ce qui la motive est évidemment extrêmement compliqué. Dans le cas du frugalisme, il y a cette quête de sens et l'envie d'être maître de son destin. Reste à savoir si ce n'est pas un phénomène du type «l'herbe est plus verte ailleurs.»



Cet article a été choisi par les lecteurs lors d'un vote effectué en début de semaine sur notre site. Retrouvez chaque lundi après-midi quatre nouvelles propositions de sujets parmi lesquels vous pourrez désigner celui qui sera traité par la rédaction de *Bilan*.

[plus d'articles du même auteur →](#)

L'AUTEUR



REBECCA GARCIA ✎
JOURNALISTE À BILAN

Rebecca Garcia a tout juste connu la connexion internet coupée à chaque téléphone. Elle a grandi avec la digitalisation, l'innovation et Claire Chazal. Elle fait ses premiers pas en journalisme sportif, avant de bifurquer par hasard vers la radio. Elle commence et termine ensuite son Master en journalisme et communication dans son canton de Neuchâtel, qu'elle représente (plus ou moins) fièrement à l'aide de son accent. Grâce à ses études, elle découvre durant 2 mois le quotidien d'une télévision locale, à travers un stage à Canal 9.

A Bilan depuis 2018, en tant que rédactrice web et vidéo, elle s'intéresse particulièrement aux nouvelles technologies, aux sujets de société, au business du sport et aux jeux vidéo.

Du même auteur:

STUPÉFIANTS

A chaque série Netflix son arôme de cannabis

JEU VIDÉO

Twitch: comment devenir riche et célèbre grâce aux jeux vidéo

TRANSFORMATION

Quel est l'indice de transformation de votre entreprise ? Comment le calculer et fixer les bonnes priorités pour l'avenir ?

CONTENUS SPONSORISÉS



Investing after the virus: four post-Covid scenarios
Pictet Asset Management



Des actions européennes pour un monde durable demain. Capital à risque
Aberdeen Standard Investments



Welche Schwellenländer entkommen der Covid-Falle?
Invesco Asset Management

oianomi

LES NEWSLETTERS DE BILAN

- Le meilleur de l'actualité économique
- Opinions

Adresse e-mail

JE M'INSCRIS

LE CERCLE DES LECTEURS

Le Cercle des Lecteurs est une plate-forme d'échanger sur tout ce qui touche votre magazine. C'est le reflet de vos opinions, et votre porte-parole le plus fidèle. [Plus d'info](#)

JE REJOINS LE CERCLE DES LECTEURS



**"Tout ce qui compte.
Pour vous."**

JE M'ABONNE DÈS CHF 7.-

ECONOMIE | FINANCE | BOURSE | ENTREPRISES | TECHNO | 50 STARTUPS | 300 PLUS RICHES | LUXE | FEMMES LEADERS | IMMOBILIER | VIN & GASTRONOMIE | OPINIONS

Magazine numérique | Abonnement | Nous contacter | Impressum | Qui sommes-nous | Newsletter | CGV et Déclaration de confidentialité | Publicité



HAUT DE PAGE